

# WPROWADZENIE

*Barbara Józefik, Lech Górniak*

Wyłonienie się paradygmatu rodzinnego, które miało miejsce w latach pięćdziesiątych, stało się podstawą intensywnego rozwoju podejścia alternatywnego wobec teorii analitycznych, psychodynamicznych czy modelu humanistycznego. Intensywność i ekspansję terapia rodzin zawdzięcza w dużej mierze teorii systemów Bertalanffy'ego, która zasymilowana stworzyła podstawy tzw. klasycznych szkół terapii rodzin. Teoria ta dostarczyła bardzo użytecznego i inspirującego modelu do rozumienia zarówno rodziny, uwzględniając jej historię, proces rozwoju, aktualną strukturę i wzory relacji, jak i jej miejsca w hierarchii innych systemów żywych.

W ostatnich dekadach w dziedzinie podejścia systemowego i terapii rodzin, za sprawą konstruktywizmu i konstrukcjonizmu społecznego, obserwujemy proces odchodzenia od metafor cybernetycznych. Idee tych dwóch nurtów zaliczanych do ponowoczesności, łącząc w sobie orientacje socjopsychologiczne, społeczno-polityczne i filozoficzne, w istotny sposób modyfikują zarówno założenia teoretyczne będące podstawą terapii, jak i sposób praktykowania terapii. Wprowadzona przez konstruktywizm i konstrukcjonizm społeczny zmiana ma charakter zmiany paradygmatu, stąd ważne wydaje się szczegółowe zapoznanie się z założeniami obu nurtów i z konsekwencjami, które z nich wynikają. Zjawiska te mimo swojej istotności, w odniesieniu do terapii rodzin i psychoterapii, nie były w literaturze polskiej w wystarczającym stopniu zaprezentowane.

Publikacja pomyślana jest jako zbiór tekstów pięciu autorów omawiających wybrane zagadnienia związane z ewolucją myślenia systemowego i poznawczych nurtów filozofii, będących podstawą terapii rodzin, konsultacji systemowych i innych form psychoterapii. Autorzy są psychologami, teoretykami i praktykami zarazem, pracownikami różnych jednostek Uniwersytetu Jagiellońskiego: Collegium Medicum, Instytutu Psychologii i Instytutu Psychologii Stosowanej. Dzielią się swoimi doświadczeniami wynikającymi z prowadzenia terapii rodzin, konsultacji systemowych oraz szkoleń, kursów i zajęć

uniwersyteckich przed- i podyplomowych, wprowadzających do myślenia systemowego w kontekście terapii.

Praca składa się z dwóch części. Część pierwsza omawia zasadnicze idee składające się na istotę systemowego myślenia oraz nurtu filozofii konstruktywizmu i konstrukcjonizmu społecznego, które wpływały na przeobrażenia w sferze założeń i metodologii terapii rodzin.

Część druga przedstawia implikacje tych założeń w praktyce klinicznej, poprzez pokazanie, jak w różnych modelach rozumiany jest proces psychoterapii, rola terapeuty, mechanizm zmiany, szczegółowe techniki terapeutyczne. W części końcowej zawarte są uwagi na temat szkolenia w myśleniu systemowym w ramach studiów uniwersyteckich.

Pierwsza część rozpoczyna się rozdziałem Barbary Józefik, który przybliży zmiany w rozumieniu rodziny jako systemu. Pozwala prześledzić drogę od obiektywistycznego podejścia wywodzącego się z cybernetyki i teorii informacji do dialogowego ujęcia współczesnego konstrukcjonizmu społecznego. Ten ostatni trend poszerzył znaczenie pojęcia systemowego myślenia, traktując systemy jako społeczne konstrukcje, wytwarzane w ramach wspólnych działań i społecznego dyskursu poprzez uczestniczenie w języku i kulturze.

W kolejnym rozdziale Lech Górniak koncentruje się na roli, jaką w rozwoju modeli i praktyk terapeutycznych odegrała filozofia konstruktywizmu, odrodzona w latach osiemdziesiątych dzięki empirycznemu wsparciu nauk poznawczych. Z jednej strony, autor przybliży "kontekst zastrzeżeń" wynikających z uświadamiania sobie przez praktyków istotnych ograniczeń i pułapek poznawczych w myśleniu o diagnozie problemów rodzinnych i stosowanych interwencjach. Z drugiej, przedstawia, jak główne tezy konstruktywistów – w szczególności przekonanie o zamknięciu poznawczym obserwującego podmiotu – przyczyniły się do wypracowania nowej metodologii w kontekście terapii systemowej. Główną jej cechą stało się poszukiwanie "użytecznych", a nie "bezwzględnie prawdziwych" interpretacji zjawisk.

Następny artykuł tego samego autora skupia się na roli terapeuty systemowego, jako na wybranym elemencie kontekstu zmiany. Prezentuje, jak ulegały zmianie wyobrażenia dotyczące pożądanых zachowań terapeutów wraz z wchłanianiem przez środowisko terapeutyczne nowych idei i kształtowaniem się innych założeń dotyczących sposobu pracy terapeutycznej. Opisuje charakterystyczne role terapeuty, które odpowiadały różnym modelom terapii systemo-

wej, od podejścia strategicznego do narracyjnego. Pozwala dostrzec istotę poszukiwań skutecznych sposobów działania. Następowaly one wraz z procesem odchodzenia od odkrywania i naprawiania patologicznych "struktur" czy "relacji" w stronę tworzenia kontekstu wspólnego nadawania znaczeń prezentowanym postawom i zachowaniom.

W kolejnym rozdziale Krzysztof Mudyń rozważa kwestię, czym jest myślenie systemowe w porównaniu z innymi sposobami myślenia. Wart podkreślenia jest fakt, że autor ten przestrzega przed wiązaniem myślenia systemowego z deklarowanym podejściem teoretycznym. Ujmuje je raczej jako pewien stan umysłu czy nastawienie poznawcze występujące w określonych, spostrzeganych jako wyzwanie, warunkach sytuacyjnych, przy odpowiednio wysokiej motywacji do poszukiwania rozwiązań oraz zakładające wysoką odpowiedzialność podmiotu. Dopiero na te warunki nakłada konieczność uwzględniania złożoności i zmienności zjawisk, różnorodnych relacji, podwójnej perspektywy poznawczej i szerszego kontekstu. Przedstawione rozumienie myślenia systemowego pozwala dostrzec systemowy paradygmat w różnych modelach terapii rodzin, niezależnie od ich powiązań z klasyczną "szkołą cybernetyczną".

Drugi rozdział tego samego autora dotyczy relacji między świadomością a rzeczywistością. Ta tematyka pojawia się w naszej pracy z kilku powodów. Jak wspomnieliśmy wcześniej, zmiany w założeniach i w praktyce terapii rodzin wynikały z coraz większej świadomości uwikłania "strony obserwowanej" (terapeuty, zespołu terapeutycznego) w sam psychologiczny kontekst poznawania, czyli w swoją "prywatną wizję rzeczywistości", wzmacnianą przez fakt zamkniętości poznawczej obserwatora. Prowadziło to nieuchronnie do konkluzji, że nie jest możliwa ani obiektywna diagnoza złożonej rzeczywistości drugiej strony (rodziny), ani pełna nad nią kontrola. Mudyń podkreśla, że z psychologicznego, czyli również terapeutycznego punktu widzenia "nie jest interesujące »obiektywne« opisywanie rzeczywistości, lecz raczej poszukiwanie odpowiedzi na pytanie, czym jest rzeczywistość dla poszczególnych ludzi. A ściślej – co dla kogo (i dla czego) jest lub nie jest rzeczywiste". Zwraca też uwagę, na problem istotny również w praktyce terapeutycznej, jak nasze świadome i nieświadome wyobrażenia o rzeczywistości prowokują jej określone "zachowania". Ukazując dwa bardzo różne przykłady prywatnych rzeczywistości – "sensorycznej" i "mistycznej", uzmysławia nam, jak inne

mogą być światy różnych ludzi. Nic więc dziwnego, że nawet tylko częściowe dotarcie do nich wymaga specjalnych, dialogowych i narracyjnych środków.

Część druga, omawiająca wybrane praktyczne implikacje teorii i założeń teoretycznych w praktyce terapii rodzinnej, rozpoczyna się rozdziałem Barbary Józefik na temat orientacji strategicznej. Jest to, z jednej strony, opis wczesnej implementacji myślenia systemowego w terapii rodzin, z drugiej – próba umieszczenia tego podejścia na współczesnej, zróżnicowanej mapie terapii rodzin. Autorka omawia podstawowe idee myślenia strategicznego i bazującej na nim praktyki, stawiając zarazem pytanie o aktualne miejsce terapii strategicznej w kontekście zmieniającego się paradygmatu, koncentrującego się na wybranych zagadnieniach epistemologicznych i nadającego pierwszeństwo znaczeniu, interpretacji i intersubiektywności wiedzy.

W kolejnym artykule ta sama autorka przybliży korzenie, główne założenia i sposoby postępowania terapeutycznego, typowe dla modeli opartych na idei współtworzenia znaczeń i wypracowanego w ostatnich latach podejścia narracyjnego. Ten styl pracy jest konsekwencją filozofii społecznego konstrukcjonizmu głoszącej, że rzeczywistość jest doświadczana za pomocą języka i przez język konstruowana. W związku z tym, że umysł ludzki interpretuje rzeczywistość jako określone historie, opowieści czy narracje, komunikacja terapeutyczna, aby zapewnić warunki zmiany, też musi się opierać na rozważaniu opowieści proponowanych przez członków rodziny, rozumianych jako kultura tworząca narracje. W ujęciu tym zostały zdecydowanie odrzucone metafory cybernetyczne na rzecz metafory dialogu, który ma służyć rozwijaniu nowych znaczeń, stwarzających możliwości nowego spojrzenia na aktualną sytuację rodziny.

W rozdziale następnym Lech Górniak omawia styl pracy norweskiego terapeuty Toma Andersena. Jest on bliski współczesnej szkole narracyjnej i wywodzi się z tego samego, konstrukcjonistycznego nurtu filozoficznego. Podejście to określane jako “metoda zespołu reflektującego” bazuje na otwartym dzieleniu się przez uczestników sesji refleksjami, będącymi przeniesieniem wewnętrznych dialogów, jakie powstają w sytuacji słuchania innych obecnych. Celem terapii, w tym ujęciu, staje się powiększenie repertuaru owych wewnętrznych rozmów, co ma zwiększyć szanse dostrzeżenia innego kontekstu zdarzeń i znalezienia rozumienia przełamującego bieżący kryzys.

Dwa kolejne rozdziały autorstwa Grzegorza Iniewicza poruszają niezwykle istotne kwestie dotyczące roli komunikacji w powstawaniu i eliminowaniu zaburzeń natury psychologicznej w bliskich interakcjach, partnerskich, rodzinnych lub małżeńskich. W pierwszym z nich autor odwołując się do klasycznych aksjomatów komunikacyjnych, prezentuje różne problemy występujące w sferze relacji międzyludzkich, gdy łamane są pewne naturalne reguły porozumiewania się. Swoje wywody ilustruje przykładami z literatury, pokazującymi, jak powszechne bywają niektóre zaburzenia komunikacji.

Drugi rozdział Grzegorza Iniewicza koncentruje się na paradoksie i humorze jako wybranych zjawiskach łączących się z komunikacją w sytuacji terapeutycznej. Zainteresowanie paradoksem było typowe dla systemowo-strategicznych szkół terapeutycznych. Autor opisuje rodzaje paradoksów i wykazuje, które z nich i w jaki sposób służyły wprowadzaniu zmiany terapeutycznej. Humor potraktowany jest m.in. jako rodzaj narzędzia pracy terapeuty. I, co ciekawe, mimo że "narzędzie" to zaczęło być stosowane w podejściu strategicznym, jako sposób na radzenie sobie z komunikacją paradoksalną, może odgrywać dużą rolę w paradygmacie konstruktywistycznym i konstrukcjonistycznym. Jak twierdzi autor rozdziału, przyczynia się do tego specyficzna wolność, dopuszczająca wielość punktów widzenia oraz odejście od ujmowania problemów i ich rozwiązań jako bytów obiektywnie istniejących i "bezwzględnie prawdziwych". Tym, co wiąże zagadnienia i "techniki" komunikacyjne z problematyką myślenia systemowego, był i jest ich relacyjny charakter, który w przypadku pracy z rodzinami ujawnia się bez względu na wykorzystywany model działania.

W ostatnim rozdziale Lech Górniak, Krzysztof Mudyń i Przemysław Dawidowski prezentują swoją koncepcję wprowadzenia do programu uniwersyteckich studiów psychologicznych ogniwa pośredniczącego między obiektywistyczną nauką a opartą na nowej epistemologii konstruktywistyczną praktyką psychologiczną. Zdaniem autorów, aby ułatwić absolwentom uniwersytetu włączenie się w nurt praktyki terapeutycznej, dopuszczający wielość interpretacji i "prawd", wskazane jest włączenie w edukację studentów etapu poznawczej "gimnastyki umysłu". Miałby on, poprzez akcentowanie względności interpretacji dotyczących ludzkich zachowań oraz ograniczoności i nieokreśloności poznania, przygotowywać przyszłych terapeutów do bardziej elastycz-

nego podejmowania swoich przyszłych ról, z korzyścią dla swoich klientów i pacjentów.

Praca przeznaczona jest zarówno dla praktykujących psychoterapeutów (lekarzy, psychologów, pedagogów), pragnących poszerzyć i pogłębić swój warsztat zawodowy, jak i dla studentów psychologii i medycyny.

Mamy nadzieję, że poprzez ukazanie ewolucyjnej perspektywy przeobrażeń w zakresie systemowych oddziaływań terapeutycznych przyczyni się ona do pobudzenia refleksji nad stosowanymi metodami i zwiększy skuteczność poszukiwań dalszych, różnorodnych sposobów pracy.